

わたしはお茶漬けが大好きです。特に、寒い冬の夜などには体を温めてくれるので、格別においしく感じます。また、あまり食欲が湧かないときでも、のりや梅干し、わさびなどの香りに刺激され、口にすることが出来ます。ご飯に薬味をのせてお湯を注ぐだけで出来上がるので、手軽なのも魅力です。近頃では真夏の暑い盛りに、冷水を使って冷やし茶漬けを作ることもあります。こうした食べ方は、すでに平安時代の貴族も実践していたそうです。現代のようにクーラーも無かったころのことなので、おそらく暑気から食欲が減退し、体調を崩すことが多かったのかもしれない。←	40
お茶漬けが本格的に庶民の食卓に上るようになったのは、江戸時代に入ってからだといわれています。ご飯の上にはほぐした魚の身や野菜の漬物などをのせ、現代人と同様に、熱いお湯やお茶をかけて食べていたようです。←	80
ところで、現在スーパーなどの食品売り場に並べられているお茶漬け用のものには、小型のあられが入っていることが多いように思います。香ばしく歯触りが良いので気に入っていますが、これには食感以外にも重要な役割があるようです。専用のふりかけが初めて登場したころには、現代のように湿気を完全に遮断できる包装技術が無かったため、製造されてから時間がたつと、のりなどがしけってしまうことが少なくなかったそうです。そんなときに役に立ったのがあられだといいます。袋の中の湿気を吸収する乾燥剤としても優れていることが判明し、以来、お茶漬け用のもとの名脇役として、使用され続けているそうです。	120
	160
	200
	240
	265
	305
	345
	366
	406
	446
	486
	526
	566
	606
	646
	651

レンコンには幾つか	の穴が開いています。	それが自然な状態です	が、なぜそうなって	40
10	20	30		
るのでしょうか。↓				49
これは、ハスの地下	茎と呼ばれる地中に	ある茎が肥大したもの	ことです。ハスは主に	89
59	69	79		
湿地帯に生え、水底	から水面へ向かって	成長し、夏になると	水の上に大小の美	129
99	109	119		
し、夏になると水	の上に大小の美	しい花を咲		
かせます。そして	その根っこは泥の中	にあります。ほとん	どの生き物の場合	169
139	149	159		
ために酸素が必要	です。陸に生えて	いる植物は、根が	地中にあるとはい	209
179	189	199		
え、そのすき間に				
空気があるので	心配は無用だとい	います。しかし、	ハスの場合は水	249
219	229	239		
底にあるため、	周りに			
酸素が全く無い	状態なのです。	魚であれば、え	らは毛細血管が	289
259	269	279		
むき出しの状態	になってい			
て、水中の酸素	を吸収し、二酸化	炭素を吐き出し	やすい構造にな	329
299	309	319		
つていますが、	ハスには			
そのような能力	がありません。	ではどのよう	に酸素を取り込	369
339	349	359		
むのでしょ	うか。その方法			
としてできた	のが、あの「穴」	なのです。そこ	には空気が蓄え	409
379	389	399		
ら、レンコンは	そこ			
から酸素を取り	入れているので	す。植物の水	分や養分の通路	449
419	429	439		
となつて、茎	や根に空気を			
送るためのパイ	プの役目を	しています。つ	まり通気孔です	489
459	469	479		
。深い泥の中	に沈んでいて、			
いつも空気に	触れることが	できないレン	コンの生命線	529
499	509	519		
は、わたした	ち人間で例え			
ると、鼻や口				
から肺へつな	がる気道	のようなもの	です。これこそ	569
539	549	559		
進化の過程で				
できた、生き	ていくため			
の知恵	なのです。↓			578
そしてレン	コンの穴は、の	ぞくと向こう	側が見えること	618
588	598	608		
から、今	でも「先の見			
通しが利				
く」として、	正月のお	せち料理など	に欠かせない	658
628	638	648		
、縁起の良	い食べ物とし			
て親しま	れています。			661

わが家では長い間、朝はパンを食べています。母がよほど忙しくない限り、献立に卵料理や生野菜なども加わりますが、基本となるのは焼きたてのトーストです。それぞれの好みやその日の気分によって厚みや枚数を決めています。専用の包丁でスライスすることになっていますが、家族全員が大ざっぱな性格だからなのか、斜めになっていたり表面がぼろぼろになっていたり	と、焼いても見栄えが悪くなってしまうことがよくあります。しかし、母は「保湿の方が大切だから」と言い、平然としているのです。↓	40
ところで、食料品売り場に並んでいるパンは、すでにスライスされた状態で袋に詰められ販売されているものが多く、当然ですがどれも断面は真っすぐで美しく、滑らかに見えます。また、専門店はスライサーと呼ばれる機械が設置されていることが多く、購入した品を注文どおりの厚さにしてくれます。これは、1900年代の米国で開発された機械で、目的や用途に合わせてダイヤルを調節し、電源を入れると丸い刃が回転し、何枚でも同じ厚さにスライスできる仕組みになっています。パンを大量消費する国らしい発明ではないでしょうか。↓		80
		120
		160
		200
		232
		272
		312
		352
		392
		432
		472
		481
しかし、この機械を使うことによって新たな問題も発生しました。それは、時間の経過によって切り口が乾燥してしまうことです。そのため、パン屋が工夫を凝らして乾燥を防ぐ努力をしていたといえます。試行錯誤の末に、スライスすると同時に包装してしまうという方法にたどり着いたそうです。見栄えより、食べる直前に切るという母の持論もあながち間違っていないのかもしれません。		521
		561
		601
		641
		661

茶道具を入れる、き	り箱のひものことを「	さなだひも」という。	一度ほどいても、残さ	40
れたあとのとおりに	再び結べばしっかり締	まるうえに、運ぶ際の持	ち手にもなり、実用的	80
な丈夫さが時代を超	えて多くの人に愛され	きた。名前の由来はは	っきりしないが、仏教	120
とともに伝わったと	されている。チベット	周辺の言語で、ひもを	意味する「サナール」	160
転じたという説や、	関ヶ原の戦いで有名な	武将が織っていたとい	話もあるそうだ。他に	200
も、同じ地域にさな	だという土地があり、	そこから付けられた、	中国南部産のそれによ	240
似たひもが「さのは	た」と呼ばれ、それが	転化したともいわれて	いる。↵	273
さなだひもの特長は	、縦と横に強く打ち込	みながら緻密に織られ	ており、伸縮性がほと	313
んどないことである。	つまり、水に強く丈夫	なひもとして、あらゆる	用途に使うことがで	353
きるのだ。昔は、円盤	状に巻いた一反がどこ	の家にも常備され、必	要な長さに切って使用	393
されていたようだ。着	物の帯や羽織のひも、	げたの鼻緒など、あら	ゆる場面で用いられて	433
いた。昭和40年ごろ	までは、スケートの固	定素材として導入され	ていたというから驚き	473
である。↵				478
また、その魅力は丈	夫さだけではない。シ	ンプルな縦じまのデザ	インとシックな色合い	518
が茶道具の収納道具	として、また、歌舞伎	の衣装でも愛用された	のである。昭和になっ	558
化学繊維の台頭ととも	に、暮らしの中から姿	を消したように思われ	るが、使い勝手の良い	598
この織物は今でも根	強いファンを持つ。現	代でも、着物の羽織ひ	もや帯締めはもちろん、	638
携帯電話のストラップ	としても商品化されて	いるのである。		665

わたしたちの周囲には、名前がそのまま見	た目や習性を表してい	る動物がたくさんいま	40
す。手が長いためにそ	う呼ばれるテナガザル	はおなじみですが、テ	80
でしょう。東南アジア	に分布し、日本でも沖	縄県の離島に生息して	120
混じり合う河口付近な	どに多く見られるよう	ですが、川の中流や上	160
んでいるといわれてい	ます。↓		174
この生き物は、まさに	名前のとおり鉄砲の	ように口から水を勢い	214
にいる昆虫などを撃ち	落として食べるという	生態がよく知られてい	254
は、水面に口を突き出	して、近くに垂れ下が	った植物などに止まっ	294
射して命中させます。	そうして落ちてくる獲	物を食べるのです。ま	334
動だといえるでしょう。	20センチほどの体	長でありながら1メー	374
るといいます。さらに、	光の屈折率をきちんと	計算したうえで獲物	414
せるのですから驚きで	す。とても特殊な能力	ですが、命中率には個	454
のあたりに親近感が湧	きます。↓		469
水面を泳ぐアメンボ	類や川の中に落ちてき	た生き物、あるいは小	509
するようで、捕食のた	めに必ず水鉄砲を使う	わけではありません。し	549
だけでなく生き延びる	ために、川や海の中以	外の世界に目を向ける	589
の付け所は、面白いと	思いませんか。大きな	個体であれば食用にさ	629
すが、日本ではそのユ	ニークな習性が話題と	なって水族館でも人気	667

わたしの母は昭和初期の生まれである。祖母が呉服屋を営んでいたこともあり、結婚	40
したときは昔ながらの嫁入り道具を持って父と一緒にあったと聞いている。先日、わが家	80
では開かずの扉といわれていた大きな押し入れの整理をすることになり、わたしも一緒に	120
手伝うことになった。そこには、何十年もひもを解かずに残っていた漆塗りの木箱が	160
たくさん積み上げられていた。母の実家の家紋が赤と黒の 2 色で描かれ、とてもセンスの	200
良いデザインだった。ほんの少しかび臭い和紙を取り除いてみると、そこには祖父の字で	240
中身を示す短冊が挟まっていた。一つ目の箱には、夏用小皿十人前と書かれており、その	280
隣には正月用重箱と塗りわん、さらに銘々皿まであった。一つずつ、丁寧にくるまれた薄	320
紙を開くと、そこには漆黒の輝きを放つ器が現れた。横で見えていた父が思わずため息を漏	360
らすほど、美しい品ばかりであった。↓	378
そこでわたしは疑問に思った。今まで何十年もの間、こんなに立派な道具をなぜ使わな	418
かったのだろうか。率直に、母に質問を投げ掛けてみると、上質な器は本当に大切なお客	458
様が来たときのために、普段は使わずにしまっておくものだという答えが返ってきた。そ	498
して、もし出す機会が無かったとしても、それは後に家宝になるので、代々受け継いでい	538
くべきものなのだという。可能であればこの 50 年以上前の器たちを今後も守っていつて	578
ほしいので、ここで披露したというのだ。うれしさの半面、驚いてしばらく声が出なかつ	618
たが、母の深い思いには感動した。これから手入れの仕方をきちんと覚えて、次の世代へ	658
と受け継いでいこうと誓った。	672

中学や高校などに通	っていれば、自分の身	分を証明するものとし	て、生徒手帳を持って	40
10	20	30		
いるでしょう。書か	れている内容はさまざ	ですが、その多くには	校則や校歌が載ってお	80
50	60	70		
り、名前や学年、ク	ラスなどが記載され、ポ	ケットに入る大きさにな	っています。↓	118
90	100	110		
その後、大学や専門	学校に進学すると、生	徒手帳は学生証と呼ば	れるカード式のものに	158
128	138	148		
なることがほとんど	です。写真が貼ってある	ことも珍しくないでし	ょう。学内にある図書	198
168	178	188		
館の入館証や貸し出	しカードとしての機能	を持たせていることが多	いです。↓	233
208	218	228		
これらは、公共交	通機関の定期券購入をは	じめとした、各種の学	割サービスを利用する	273
243	253	263		
際に提示を求められる	こともあるでしょう。	では、生徒および学生	でなくなった時点から	313
283	293	303		
は、どのようなもの	が身分証明書となるので	しょう。一般的かつ幅	広く活用できるものと	353
323	333	343		
しては、運転免許証	やパスポート、マイナ	ンバーカードなどがあり	ます。これらは、い	393
363	373	383		
れも個人を特定する	情報である名前や住所、	生年月日に加えて、顔	写真も記載されている	433
403	413	423		
ため、本人であるこ	とが速やかに確認できる	ものとして信頼されて	います。逆に言えば、	473
443	453	463		
取り扱いには十分注	意が必要だということ	です。盗難にあったり紛	失したりしないために	513
483	493	503		
は、必要なとき以外	はむやみに持ち歩かない	方がよいのかもしれ	ません。↓	547
523	533	543		
この他に、健康保	険証や年金手帳なども	身分を明らかにするこ	とはできます。ただし	587
557	567	577		
写真がないものにつ	いては、1 点だけでは不	十分とされるケースも	あり、その場合には住	627
597	607	617		
民票や印鑑登録証明	書など複数の書類を提	示することで、本人とし	て認められることが多	667
637	647	657		
いようです。				673

わたしたち人間の体内には、さまざまな臓器があります。その中でも心臓は、血液を全	40
体に送り出す重要な役割を担っていて、1 日に 10 万回以上休むことなく拍動を繰り返	80
しています。←	86
体の仕組みは生き物によってさまざまです。例えば、海綿動物には心臓がありません。	126
これは、化粧品や入浴用スポンジ、インテリアとして用いられるなど、わたしたちの生活	166
と関わりの深いものです。植物のように見えますが、生物学的には動物として分類されて	206
います。専門家によれば世界中の海や湖などには、約 1 万 5 千種も存在し、その色や形は	246
実にさまざまです。海綿動物は、内部にあるたくさんの小さな細胞が、生命を維持するた	286
めのあらゆる機能をつかさどっています。そして、たとえそれらがばらばらになったとし	326
ても、再び集まって元の形に戻ったり、必要に応じて違う種のものに変化して再生したり	366
することもあるようです。←	379
同じようにクラゲやイソギンチャクの仲間にも心臓がありません。ちなみに、これらに	419
はこう門もなく、食べ物を口から胃に入れて消化したら吐き出します。それとは対照的に	459
イカとタコは三つの心臓を持っています。一つは他の生き物と同じような役割を持つもの	499
です。あと二つは左右のえらにそれぞれ付いており、えらに血液を送っています。彼らは	539
海の中でゆらゆらと浮いているイメージのある生き物ですが、実はとても運動量が多く筋	579
肉質な体をしています。そのため、それに見合った酸素を体内に供給する必要があり、こ	619
のようなつくりになっているようです。さらに、タコは目と目の間に脳があり、8 本の	659
足それぞれにも存在しているというから驚きです。	682

これまで読んだこと	のない本を選ぶとき、	何を基準にするかは人	それぞれ異なるでしょ	40
う。友人に聞いてみて	も、タイトルや話題性、	作家など実にさまざ	まです。そんな中で、	80
わたしが気になるのは、	本全体の見た目、い	わゆる装丁です。書店	で思わずその美しさに	120
目を奪われ、作家も内	容も知らないまま購入	した経験があるほどで	す。その本は、とても	160
面白く、それ以来、気	に入ったデザインのも	のがあったときは、迷	わず買うことにしてい	200
ます。←				204
さて、日本において、	本の表紙に絵が描か	れるようになったのは	いつごろのことでしょ	244
うか。一説では、18	世紀後半に出版された	人気演目の芝居を脚本	風に仕立てた本に、浮	284
世絵師が挿絵を施した	のが始まりだとされて	います。その後、その	デザインだけを受け持	324
つ専門家も登場し、素	晴らしい作品がたくさん	生まれます。内容を	より魅力的に伝えるた	364
めの役割を担っていく	のです。有名なものに	「こころ」の著者であ	る作家の作品が挙げら	404
れるでしょう。彼は、	留学先のヨーロッパに	おいて手作業で製本さ	れた美しい本を目の当	444
たりにし、自らが出版	するときには、そのデ	ザインにもこだわりたい	という願望があった	484
といます。←				491
また、彼は新たな試	みとして西洋の様式を	取り入れることもあり	ました。例えば、複数	531
ページを印刷した大き	な紙を折り曲げて製本	したあと、最後の断裁	を行わないアンカット	571
という手法を採った本	があったそうです。これ	は、ペーパーナイフ	で切り開きながら読む	611
必要があり、面倒です	が読書家の中にはこの	作業を好む人もいるよ	うです。←	646
日本の美しい装丁は、	本に携わる人の熱意	によって発展してきた	といえるでしょう。	685

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 0 (模範解答)

動物は体をいろいろな形に変化させることで、環境に適応してきました。同じ足でも、	40
水中を泳ぐビーバーには水かきがあり、穴を掘って暮らすモグラにはシャベルのような爪	80
があります。↓	87
家で飼っているペットを観察してみると、われわれと同じ部分もあれば違うところもあり	127
ます。例えば、ネコに夕飯の余り物の焼き魚をあげてみると、あっという間に平らげて	167
しまいます。歯で身を引きちぎり、かまずにそのまま丸のみします。あんなに早食いをし	207
て喉に詰まらないのかと心配になりますが、これが肉食動物の食べ方なのです。ネコの奥	247
歯はわれわれとは形が異なり、のこぎりのような鋭い形をしています。これで肉をかみ切	287
り、そのままのみ込みます。肉類は植物質の食物と違って消化が良いので、かみ砕かなく	327
てもよいのです。↓	336
一方、ヤギやウシなどの草食動物には臼のような平らな奥歯があり、下あごを左右に動	376
かし、上下の歯ですりつぶしながら食べます。草のような繊維質の食物は、このようにし	416
ないと消化できないのです。牧場でウシの食事を見ていると、口をいつまでも動かしてい	456
ます。実は彼らには四つの胃があり、一度かんだものは1番目の胃へ送られます。ここで	496
食物を微生物と混ぜ合わせて発酵させ、それをまた口に戻してかみ直しているのです。こ	536
うして小さくつぶされた食物は、4番目の胃まで順番に送られていきます。↓	571
肉食と草食の中間が、クマやサル、そして人間のような雑食動物です。われわれは、前	611
歯で食べ物をかみ切つて、奥歯を使って細かくつぶしています。同じ生き物でも、何を食	651
物にするのかによって歯の使い方が違い、形やかみ合わせまで異なっているのです。	689

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 1 (模範解答)

たこ焼きは、子供から大人まで、みんなに愛されている食べ物だ。	一般的には大阪の名	40
物とされているが、実はそのルーツはお隣の兵庫県にあるという。	同県の明石市では、明	80
治時代のころから食されていた。ふわふわして丸く、ソースではなくだし汁に付けるもの	120	
であった。その後、小麦粉を水で溶いて、こんにゃくを混ぜた「ちよぼ焼き」といわれる	160	
ものが登場する。前述と比較すると、表面はカリッとしていたそうである。それから生地	200	
にだしやすじ肉を加えた「ラジオ焼き」が生まれた。そして昭和初期に、現在のたこ焼き	240	
とほぼ同じものが出来上がったという。ある飲食店の経営者が、明石市からやって来たお	280	
客さんの話を聞いてひらめき、生地にたこを入れたのだ。ただこの時点では、ソースは付	320	
けず、焼き上がったそのまま食べていたそうである。↓	346	
ところで「一銭洋食」という言葉をご存じだろうか。こちらは好み焼きの始まりとき	386	
れているメニューで、水で溶いた小麦粉に刻みネギや魚粉、こんにゃく、卵などを入れて	426	
焼き、上にソースを塗ったものである。主に関西地方の駄菓子屋さんの軒下で焼かれ、売	466	
られていた。その当時は、調味料が今ほど豊富ではなかったため、料理に用いられる味付	506	
けは、限られたものばかりだった。中でもソースは西洋スタイルという印象が強く、これ	546	
さえかければ、どんな献立でも洋食になるといわれていたようである。昭和初期に誕生し	586	
たたこ焼きにも、この庶民に浸透した一銭洋食をまねて、ソースをかけるようになったと	626	
いう。関西地方の一部では、習慣的にしょうゆをかけて食べることもあるそうなので、地	666	
方によってオリジナルの味付けがあるのだろう。いずれにしても、こうした長い年月の間	706	
に、いろいろな人のアイデアが加わって、日本独特のメニューが出来上がっていったので	746	
ある。	749	

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 2 (模範解答)

経済学では、貨幣には三つの役割があるとされる。一つ目は、支払い手段としての機能	40
である。これは物々交換しかない世界を考えてみるとよく分かる。もし、あなたが野菜を	80
持っていて、肉が欲しい場合、それを得るためには、換えてくれる相手を見つけなければ	120
ならない。誰でもいいわけではない。肉が手元にあって、なおかつ野菜が欲しい人を探す	160
ことになる。そんな都合の良い人物を探すのは骨が折れる作業だろう。物々交換は相手を	200
見つけるための労力と時間を要する。こんなとき貨幣という手段があれば話は早い。市場	240
で野菜を売ってお金にしておけば、いつでも肉を買うことができる。↓	272
二つ目は価値尺度としての機能である。物々交換の場合、ニンジン10本と牛肉100	312
グラム、大根5本と豚肉50グラムなどと、相手とその都度交渉して決めなければならない	352
い。食べ物同士なら何とかかなるかもしれないが、肉と衣服、野菜と本を交換するには、そ	392
の度に比率を決定しなければならず、とても大変である。こんな場合に、例えばニンジン	432
1本を10円、牛肉100グラムで300円とお金を物差しにして測っておけば、ものの	472
価値が安定して取引が簡単になる。↓	489
三つ目は価値貯蔵手段としての機能である。毎年、初物のスイカやメロンには何万円と	529
いうような高値がつく。しかし、どんなに高い果実でも、腐らせてしまえば値打ちはゼロ	569
になる。品質が変化しやすいものは、その価値を保存することができないのである。そこ	609
で、お金に交換しておけば、それを保つことができる。↓	635
ところで、お札といってもただの紙切れにすぎないのに、なぜこれで商品が買えるのだ	675
ろうか。それは「この紙は価値があるものだ」とみんなが信じていて、それを政府が保証	715
しているからだ。誰もがそう信じることで、初めて貨幣経済は成立するのである。	752

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 3 (模範解答)

わたしたちが住んでいる日本の伝統的な食品、ぬか漬けは乳酸菌が豊富な食べ物です。	40
それは、一昔前まで各家庭の常備品ともいえるものでした。米ぬかに塩と水を加えてよく	80
混ぜたものをぬか床といい、そこに野菜くずを入れ、捨て漬けをしてならしていきます。	120
そのうちに、でんぷんやタンパク質が分解され、発酵することで、乳酸菌と酵母が増えて	160
いきます。毎日よくかき混ぜて酸素を入れることで、おいしい漬物を作ることができるぬ	200
か床になっていくのです。手入れをしていれば、どんどん味わいが深くなっていきます。	240
これに食材を漬け込んだものがぬか漬けです。↓	262
最近、これに含まれる乳酸菌が体内の善玉菌を増やして腸内のバランスを保ち、病気に	302
なりにくい体を作っていくとして注目されています。しかも、ぬか漬けの乳酸菌は、胃酸	342
に負けることなく、生きのまま腸まで届くといわれているのです。また、野菜を漬けると	382
塩の浸透圧で水分が抜けた分、ぬかの栄養素が浸透するため、生で食べるときよりも多く	422
のビタミンを含むことが期待できます。さらに、食物繊維も凝縮されているので、こちら	462
も生野菜を食べるよりも少ない量でたくさん取ることができます。↓	493
ぬか漬けがおいしくて体にも良いと分かっている人も、手入れが面倒だという人は、小さ	533
めの容器にぬか床を作り、冷蔵庫の野菜室に入れて管理してみましよう。低温では菌の活	573
動がゆっくりになるため漬かるまでに少し時間がかかりますが、かびなどの繁殖も少なく	613
かき混ぜて手入れをするのも 2 日に 1 回ぐらいで大丈夫です。それも大変という人は、出	653
来上がったものを買って食べるという手があります。しかし、市販されているものの中に	693
は、野菜を調味液に浸しただけの商品もあるようです。その場合は発酵していないため、	733
残念ながら乳酸菌の働きは期待できません。	753

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 4 (模範解答)

あなたは、しゃっくり	りが出てなかなか止め	られず、困ったという	経験はありませんか。	40
肺の下にある横隔膜が	下がるのと同時に、気	管の入り口にある声帯	が閉じて起こるのだそ	80
うです。自分でコント	ロールできないこの生	理現象は、くしゃみと	よく似ています。人前	120
では恥ずかしく、すぐ	に止めたいと思います	が、どう対処すればよ	いでしょうか。↓	158
そもそも横隔膜とは、	呼吸に関係する筋肉	であり、収縮すると肺	が広がって息を吸う状	198
態になります。このと	きに声帯が閉じている	と音が出たり、苦しく	感じたりします。口と	238
鼻の間の奥にある神経	に、刺激が加わること	が引き金の一つといわ	れ、呼吸をつかさどる	278
脳の一部にその情報が	伝わると、本人の意思	とは関係なく、横隔膜	が収縮してしまうので	318
す。熱いお茶を飲んだ	り、食道から胃液が逆	流したり、また空気を	勢いよく吸い込んでし	358
まったりすることなど	が主な原因だといわれ	ています。↓		384
専門家によると、この	神経に再度刺激を与	え、その情報を脳に送	ると、しゃっくりが止	424
まる確率が高いそう	です。具体的には、レ	モンをかんだり、水を	リズムよく少しずつ飲み	464
込んだりする方法があ	ります。また、ゆっく	り息を吸い、しばらく	息を止めるのも効果的	504
で、腹部に圧力をかけ	ることで横隔膜が動き	にくくなるそうです。	また、耳の穴を 3 0 秒	544
ほど強く押すという方	法もあります。これは、	圧迫することによっ	て脳に近い血管の流れ	584
や耳の周囲の気圧を変	化させ、脳に刺激を送	っているそうです。↓		614
ただし、ぜんそくや	心臓病などの持病があ	る人は、血圧が上昇し	たり痛みを伴う刺激を	654
与えたりすることは避	けた方がよいでしょう。	予防としては、暴飲	暴食は避け、急激に冷	694
たいものや温かいもの	で刺激を与えない、胃	酸を逆流させないよう	食後すぐに横にならな	734
いなど、生活習慣に気	を付けることが必要だ	そうです。		759

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 5 (模範解答)

たくあんというと、	黄色い漬物を想像する	人が多いのではないだ	ろうか。あの独特な色	40
は、米ぬかに含まれる	菌の産出物によって、	徐々に芯まで褐色に染	まってい現象による	80
ものだ。また、名前に	ついては諸説あるよう	だが、最も有名なのは	江戸時代のたくあん	120
という和尚が考案した	といわれているもの	時の将軍が、あるお寺	で食べて気に入、こ	160
れはどんな食べ物かと	尋ねた。ただの漬物で	あると答えると、それ	ならばこれを作った人	200
物の名を付ければい	いといわれたことで、	そう呼ばれるようにな	たという。この他に伝	240
わっている話には、も	とも混じり気のない	という意味を表す「じ	ゃくあん」が語源であ	280
るというものがある。	さらに、長期保存が可	能なことから蓄え漬	けと名付けられていた	320
のが転じたという説	もあるそうだ。↓			337
伝統的な製法は、大	根を手で曲げられるよ	うになるまで日干し	し、しなびたものをぬ	377
と塩、風味付けとし	て、昆布や唐辛子など	ともに漬け込む方法	である。こうして水分	417
抜くことで、うま味	が増すだけでなく、	常温でも保存できる	ようになるのだ。神	457
三浦半島や三重県の	伊勢地方、徳島県の	一部では、今でも昔	ながらの方法で製造	497
り、地域のお土産	品として人気がある	そうだ。↓		519
さて、定食屋さん	でたくあんがのった	小皿が出てくること	があるが、ほとんどの	559
れは二切れである。	これは、江戸時代の	習慣から来ているも	のだという。侍に対	599
遣い、一切れだと	人を切ることに	つながり、三切れ	だと身を切るこ	639
が良くないとされ	たからだ。ところが、	これは武家社会の	江戸の話で、関西	679
という考え方から、	あえて三つを皿に	のせるお店もある	らしい。たくあん	719
ごとに数多くの言	い伝えがあるの	だから、食べ物	のルーツというの	759

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 6 (模範解答)

科学的な裏付けがあり	りそんな広告や記事を見	掛けたことがある人	は多いだろう。例えば	40
10	20	30		
コラーゲン入りと書か	れた健康食品は数多く	存在する。確かにこれ	は肌や血管などを構成	80
50	60	70		
するタンパク質の一種	で、体に必要な物質で	ある。しかし、食物に	含まれるコラーゲンは	120
90	100	110		
胃や腸の中でアミノ酸	などに分解されるため、	そのまま吸収される	わけではない。また、	160
130	140	150		
その成分が再びコラー	ゲンの合成に利用され	ているかどうかは、分	からないという。ただ	200
170	180	190		
し、現時点で明らかに	なっていないことが、	いずれ新たに発見され	、それまでの常識が覆	240
210	220	230		
るということもある。その	ため、すべてを間違	いだと断言すること	はできない。しかし無	280
250	260	270		
条件に信じ込むべきで	はないということも知	っておくべきだろう。	↓	311
290	300	310		
昔から、いかにも効	果がありそんな言葉	を取り上げて商売に利用	する手法は存在してい	351
321	331	341		
た。例えば、過去にラ	ジウムを利用した恐ろ	しい事例があった。こ	の成分は 1 9 世紀末に	391
361	371	381		
キュリー夫妻が発見し	たことで知られている	が、当時は放射性物質	の性質がよく分かって	431
401	411	421		
おらず、ラジウム入り	の商品が多数発売され	たという。ある歯磨き	粉にはこの成分によっ	471
441	451	461		
て歯を強くし、虫歯菌	を無くすという触れ書	きが付いていた。他に	も、若返りに効果があ	511
481	491	501		
るとしてチョコレート	に混ぜて販売していた	というから驚きである。	発見された当初は人	551
521	531	541		
体に悪影響を及ぼす危	険のある物質だという	認識がなかったのだ。	↓	582
561	571	581		
これは、過去の話とし	て片付けてよいもの	ではない。同じような	現象は、現在も起こり	622
592	602	612		
うるのである。もちろ	ん、世界にはいまだ解	明されていない事柄が	数多く存在しているた	662
632	642	652		
め、現在の科学では立	証できないからといっ	て、すべて間違いだと	決め付けるのは早すぎ	702
672	682	692		
るだろう。ただし、よく	分からない売り文句	に対しては、まず自分	なりに調べて根拠を確	742
712	722	732		
かめる習慣を身に付け	た方がよいだろう。			761
752				

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 7 (模範解答)

中学生や高校生のとき、女子であればセーラー服を着たことがあ	る人は多いのではない	40
10 20 30		
でしょうか。これはもともとイギリス海軍の水兵が身に着けていたもので、専門の職業を		80
50 60 70		
表す装いでした。防寒や耐久など機能性の高さから評判となり、他の国々でも積極的に取		120
90 100 110		
り入れるようになっていきました。↓		137
130 147 157 167		
例えば、あの大きな襟を立てると、風が強い船の上でも寒さから身を守ることができま		177
187 197 207		
す。さらに、甲板の上では聞き取りにくい仲間の話を聞きやすくするための道具に、早変		217
227 237 247		
わりすることもありました。リボンのように結んでいるスカーフは、水兵が汗を拭くため		257
267 277 287		
の布がおしゃれに進化したものだといわれています。また、長期航海の間に伸びてしまっ		297
307 317 327		
た髪を縛って後ろに垂らしているときに、制服に汚れが付かないようにスカーフを巻いて		337
347 357 367		
いたという説もあります。それによると毎日結ぶのが面倒になってきたため、制服の一部		377
387 397 407		
としてスカーフのような襟を付けるようになったといわれており、どちらが正しい話なの		417
427 437 447		
か、はっきりとは分かっています。↓		435
445 455 465		
いずれにしても、機能性に優れた格好であることには相違はなく、この実用的な服装が		475
485 495 505		
一般市民に広まるのにそれほど多くの時間はかかりませんでした。1857年にイギリス		515
525 535 545		
海軍に採用され、その後、1864年に水兵から献上されたものを同国の王子が用いたこ		555
565 575 585		
とから、世界的に流行となりました。日本では大正天皇が皇太子時代に着用し、その後に		595
605 615 625		
動きやすさが評価されて学生制服として普及していったそうです。↓		627
637 647 657		
現在では地方によって襟の形に特徴があり、下端の位置やラインの曲線などにその違い		667
677 687 697		
が現れています。この他にも、上からかぶるものや前開きのもの、ネクタイやスカーフ、		707
717 727 737		
リボンなど比較点があります。↓		722
742 752		
ルーツとなったイギリス水兵の時代からは想像もできないほど、デザインは飛躍的に進		762
771		
化していきました。		771

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 8 (模範解答)

ぐっすり寝ていると	思っていたネコをよく	見ると、耳が微妙に動	いています。そんな光	40
10	20	30		
景を目にしたことがあ	る人は、意外に多いの	ではないでしょうか。↓		71
50	60	70		
ネコの耳は人間の 3	倍の周波数の音を聞く	ことができ、さらに音	の鳴る方向を読み取る	111
81	91	101		
能力は 6 倍ともいわれ	ています。そして、そ	の音源までの距離も分	かってしまうというか	151
121	131	141		
ら驚きです。↓				158
このずばぬけた聴覚	は、あのパラボラアン	テナのような形をした	耳を見れば一目瞭然で	198
168	178	188		
す。常に上を向いて微	妙に動かしながら情報	を収集しています。例	えば、周波数が 5 0 0	238
208	218	228		
ヘルツくらいの低い音	だと、わたしたちとネ	コの差はそれほどあり	ません。しかし、一般	278
248	258	268		
的な人間に聞こえる範	囲は 2 万ヘルツまでな	のに対し、彼らは 6 万	ヘルツもの高音を聞き	318
288	298	308		
取れるといいます。こ	れは、ネズミが出す音	と同じくらいで、獲物	を捕獲しやすいよう	358
328	338	348		
できているのでしょ	う。さらに、2 0 メー	トル先にいる足音や声	はもちろん、人間には音	398
368	378	388		
として感じられない音	波までキャッチでき	るそうです。鋭い聴覚	で、相手の動きや発	438
408	418	428		
超音波を聞き分けて、	目に見えない存在を追	っています。彼らは、	よほど熟睡していない	478
448	458	468		
限りものの気配をいち	早く感じることもでき	るのです。↓		504
488	498			
また、ネコはあの三	角の耳で音源を正確に	捉えています。音のす	る方向を確認する能力	544
514	524	534		
にも優れ、その高低や	奥行きを聞き分ける他	、それが何かにぶつか	って跳ね返ってきたこ	584
554	564	574		
とまで分かるのです。	さらに、そこまでの距	離を把握する能力は、	イヌの 2 倍ともいわれ	624
594	604	614		
ています。人間は、両	耳から入ってくる音の	強さや時間差を利用し	て、どこから聞こえて	664
634	644	654		
くるのか判断していま	すが、どんなに耳が良	くても多少の誤差が生	じます。具体的には人	704
674	684	694		
間で 4 度、イヌの場合	は 2 度程度といわれて	いますが、ネコは 1 度	にも満たない程度の誤	744
714	724	734		
差なので、どこから聞	こえてくるのかを正確	に判断できるのです。		774
754	764			

2 級・準 2 級速度模擬問題 1 9 (模範解答)

いろいろな料理に使	われるスパイスは、素	材の持ち味を生かし、	風味を引き立てること	40
10	20	30		
が得意です。そのため、	大量に用いることは	少なく余ってしまいが	ちです。次の機会のた	80
50	60	70		
めに上手に保存したい	ものです。↓			96
90				
スパイスは、原形の	まま乾燥させたものが	最も長持ちします。水	分をしっかりと抜いたも	136
106	116	126		
のは腐敗細菌も付着す	ることが少なく、たと	え付いても抗菌力があ	るので安心です。しか	176
146	156	166		
し、香りの成分は非常	に揮発しやすいので、	空気中にあまり長期間	放置すると、風味が落	216
186	196	206		
ちてしまいます。粉末	状にすると、使い勝手	は良くなりますが、細	かければ細かいほど香	256
226	236	246		
りが逃げやすくなりま	す。↓			269
266				
保存時に注意が必要	なのは、太陽光と熱、	湿気です。しっかりと	栓ができる、密閉式の	309
279	289	299		
ガラスや陶器などの容	器に入れ、なるべく冷	暗所に置くようにしま	す。ガスコンロの近く	349
319	329	339		
の棚などに並べると、	調理時には便利ですが、	品質が落ちてしまう	危険性があるので、短	389
359	369	379		
期間で使う場合以外は	避けたいものです。ま	た、シンクの下に入れ	ている人も多いようで	429
399	409	419		
すが、湿気を含むと急	激に劣化が進みます。	湯気の立っている鍋な	どに、容器から直接振	469
439	449	459		
り掛けてしまいがちで	すが、手のひらやスプ	ーンなどに出してから	使用するとよいでしょ	509
479	489	499		
う。↓				512
メーカーや商品によ	っては、冷蔵保存と指	定されているものもあ	りますが、出したとき	552
522	532	542		
の温度差による湿気に	注意が必要なので、ま	ずはふたをしっかりと	閉めましょう。また、	592
562	572	582		
スパイスの種類にもよ	りますが、長期保存方	法の一つとして、冷凍	庫の利用もよいでしょ	632
602	612	622		
う。袋に小分けにし、	空気を抜いてから庫内	に入れます。↓		659
642	652			
スパイスがまだ使え	るかどうか、取りあえ	ずにおいをかいでみる	のは簡単に見分ける方	699
669	679	689		
法の一つです。特徴的	な香りがなかったら、	残念ながら破棄した方	がよいでしょう。これ	739
709	719	729		
らの点に注意し、正し	く保存すれば、最後ま	で香り豊かに楽しめる	はずです。	774
749	759	769		

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 0 (模範解答)

おばあさんが川で洗濯	濯といえ	ば昔話によく	出てくる一説だが、	では昔はどのように洗っ	40
ていたのだろうか。	1	2 世紀の扇に描かれた	絵を見ると、そこには	木で作られたおけの中	80
に衣服を入れ、それを		足で踏んで洗濯をする	様子が描かれている。	当時は手洗いよりもこ	120
のような方法が主流だ		ったようだ。この時代、	貴族の衣服は絹織物	だったが、一般の人々	160
はアサやフジの皮など		で織ったものを身に着	けていた。初めは堅く	着にくい	200
うほど白く柔らかくな		るため、足で踏んで何	度も洗濯をした。桃太	郎のおばあさんもこの	240
ような洗い方をしてい		たのかもしれない。現	代で使われるような洗	剤はなく、わらを焼い	280
てできた灰や木炭を水		に混ぜて上澄みをすく	った汁を利用していた。	これはアルカリ性で	320
汚れを落とす効果があ		る。また、サイカチや	ムクロジという植物も	使われていた。これら	360
には、サポニンという		泡の立つ物質が含まれ	ている。←		385
江戸時代になると、		木綿の栽培が盛んにな	り、やっ	と普通の人でも着られるようになっ	425
た。このころの洗濯は		、たらいに井戸水をく	んで手もみ洗いをして	いた。せっけんは戦国	465
時代にポルトガルより		もたらされていたが、	貴重品で大名や金持ち	の商人しか使えなかつ	505
た。一般の人々が使え		るようになるのは、明	治時代に日本で生産さ	れるようになってから	545
である。ちょうど同じ		ころに、ヨーロッパで	発明された洗濯板が渡	来したが、これは表面	585
に刻み目を付けた板で		、こすりつけて汚れを	落とすものであった。←		616
日本で電気洗濯機が		初めて製作されたのは	、1 9 3 0 年のこと	である。しかし、販売当	656
初はまだ高級品であっ		た。それが一般家庭で	使われるようになるの	は1 9 6 0 年代のこと	696
で、合成洗剤が普及す		るのも第二次世界大戦	後であった。つまり、	それまではせっけんや	736
洗濯板、水道を使う他		は、昔話のおばあさん	と同一ようなやり方で	洗っていたのである。	776

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 1 (模範解答)

あなたは、オランダと聞いて何を思い浮かべますか。風車、チューリップ、チーズなど	40
といったところでしょうか。現地の言語ではネーデルラントと呼ばれるこの国と日本との	80
交流の歴史は長く、400年以上も前に九州にリーフデ号が漂着したことから始まりまし	120
た。正式に国交が結ばれたのは1609年、徳川家康の朱印状を得て、平戸に商館を設置	160
してからのことです。当時、オランダは黄金時代を迎えており、既に東インド会社を設立	200
し、東南アジアや中国との交易に乗り出していました。江戸時代にわが国へ渡ってきた西	240
洋の科学や技術の多くは、同国から学んだもので、その影響は医学や数学、天文学など幅	280
広い分野に及びました。←	292
時代が明治に移ってからも、その交流が途絶えることはなく、戦時中を除いて今に至る	332
までずっと良好な関係が続いています。オランダという国名になじみがあっても、実際の	372
暮らしの中ではなかなか接することがないため、具体的にどのような場所なのか知らない	412
人も多いはずで。ここで、冒頭に挙げた三つの名物の他に、どんな特徴があるのか紹介	452
してみたいと思います。←	464
絵画に興味のある人であれば、レンブラントやゴッホなどといった名画家が生まれた国	504
であることを知っているかもしれません。また、首都であるアムステルダムをはじめとし	544
た都市部においては、国土が低地であることから、水路や運河、跳ね橋も生活に欠かせな	584
いものであり、観光名所にもなっています。実際に現地を訪れてみると、1人当たり1台	624
以上という自転車保有率やきれいに整備されたその専用道路に驚くでしょう。さらに、九	664
州地方とほとんど同じくらいの国土面積の約70パーセントが農用地であるため、園芸農	704
業や酪農だけでなく、畜産や果樹も盛んだといわれています。北海に面していることもあ	744
り、ニシンやムール貝などの魚介類の養殖や輸出も行われているそうです。	778

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 2 (模範解答)

ある統計によると、	理想的な睡眠時間はおよそ 7 時間から 8 時間	だとされています。し	40
かし、これでは長すぎ	る、短すぎるといったようにさまざまな説が	あり、何が正解か定か	80
ではないようです。わ	たしたち人間は、意図的に睡眠時間を変える	ことができます。それ	120
に対し、他の動物は種	によって決まっています。つまり、いつ、どれくらい眠るのかとい		160
う情報が遺伝子に組み	込まれているということです。↓		184
例えば、ウマの睡眠	時間は約 2 時間ですが、大型の草食動物は毎日たくさんの量を食べ		224
ないと体が持ちません	。そのため、食事が長くなって眠るのが短くなるのです。さらに草		264
食動物は、いつ敵が襲	ってくるか分からないので熟睡するわけにはいかず、ほとんどうた		304
た寝状態だといいます	。ウマの場合、浅い眠りのときは 3 本足で立って寝るそうです。そ		344
の一方で、トラやライ	オンは獲物を捕まえることができれば、あとは肉を丸のみするだけ		384
なので簡単に済ますこ	とができ、毎日 10 時間以上は眠っています。↓		416
ほ乳類で最も長く眠	るのは、一日に 20 時間も眠るナマケモノです。普段、彼らは 4 本		456
の足に付いたフック状	の爪で木にぶら下がって、あおむけになって生活します。ほとんど		496
動かず、茂みに隠れて	しまうと敵から見えなくなってしまうので比較的安全です。食事は		536
周りにある葉っぱを食	しますが、小食なのですぐに終わってしまいます。そのため、長い		576
時間眠ることができる	のです。↓		591
わたしたち人間に一	番近いとされるチンパンジーの睡眠は、約 9 時間です。類人猿と比		631
べてみると、われわれ	の睡眠時間は少ないように感じませんか。より便利な生活を目指し		671
て、さまざまなものや	サービスが生まれ、深夜になっても活動できる環境下にあります。		711
そのため、睡眠時間を	削って生活する人が増え、人間本来の能力が発揮できていないとも		751
いわれています。いま	一度、自分の睡眠時間を見直してみてはいかがでしょうか。		788

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 3 (模範解答)

雑誌やインターネットなどで記事を読んでいると、内容の裏付けとして統計情報が示さ	40
れていることがある。また、商品を選ぶときにも他の人の評価データを参考にすることが	80
増えてきた。人は具体的な数字があるとその内容を信じやすい傾向にある。しかし、ここ	120
には気が付きにくい落とし穴が存在するという。例えば、映画のレビューで 5 段階中の 3	160
と評価された作品があるでしょう。果たして、これは可もなく不可もない物語なのだろう	200
か。その詳細を読めると、最高点を付けた人と最低点の評価をした人が両極端に割れ	240
ていた。個性の強い作品などは、このような現象が起きやすいといえるかもしれない。統	280
計は客観的な証拠に見えるが、どんな場合も表面的な数値だけで判断せず、一步踏み込ん	320
で確かめる癖を付けておくといえよう。↓	340
統計では、データの取り方次第で結果を操作することができるという。例えば、芸能人	380
の人気を調査する場合、当人のファンクラブ内でアンケートを行なったとしたら、好感度は	420
100 パーセントの結果が得られるだろう。また、1 年間で販売数が 5 倍に伸びた商品と	460
聞けば良さそうに思えるが、もし去年の実績が 2 個だとしたら、たった 10 個しか売れな	500
くてもそういえるのだ。↓	512
データを見るときには、幾つかの事柄に注意するとよい。対象となったサンプルに偏り	552
がないか、調査期間はどれくらいか、出どころはどこかなどの項目を確認しておこう。こ	592
れは就職活動の際に、企業の現状を知るためにも役に立つ。例えば、最近急成長を遂げて	632
いる会社でも、10 年というスパンで見ればほぼ横ばい状態ということもある。変化を表	672
すグラフの中で都合の良い部分だけを切り取って提示をすることもできるわけだ。広告や	712
宣伝記事は、決してうそではないが真実とも言い難い情報のすき間を巧妙についてくるこ	752
とがある。切り取り方によっては意味を大きく変えられるということをお忘れしないようにし	792
たい。	795

2 級・準 2 級速度模擬問題 2 4 (模範解答)

今の日本で、自分の	血液型を知らない人は	ほとんどいないだろう。	また、真面目や気ま	40
ぐれなど、性格分類も	一般化している。しか	し、これは日本文化圏	ならではの現象で欧米	80
などではまったく意識	していない人も多いそ	うだ。血液型と性格を	結び付けて考えられる	120
ようになった発端は、	ある大学教授が昭和初	期に発表した心理学の	論文とされている。当	160
時はまだこの分類その	ものが目新しかったこ	ともあり、さまざまな	分野から注目された。	200
しかし、他の研究者が	確認のために追試験を	しても明らかな相関関	係が認められなかった	240
ため、一度このブーム	は終息した。その後、	1 9 7 0 年代に入って	血液型による相性診断	280
の本が出版され、人気	を博したため、再び注	目されるようになった	という。そしてテレビ	320
番組がそれを後押しし	て、さらに広まった。			341
そのころ、産婦人科	では、赤ちゃんの型を	調べるサービスが始ま	った。事故などの際に	381
スムーズに治療でき	るようにと始められたも	のだが、実際に輸血す	るにはもっと精密な分	421
析が必要となるため、	役に立たなかった。ま	た、新生児では正確な	判定ができないことが	461
多く、誤解を招きかね	ない。成長してから血	液型が変わったという	人がいるのは、このよ	501
うな事情があるためだ。				513
性格との関係につい	ても、占いとして楽し	む程度ならよいのだが、	自分の性格は変えよ	553
うがないと悩んだり、	神経質に相性を気にし	たりするのは問題だろ	う。そもそも占いは、	593
どんな人も自分に当	てはまると感じるよう	にできているという。例	えば、あなたは現実的	633
だがロマンチストな部	分もあるといったよう	にあいまいな表現をさ	れると、同意したくな	673
る。これは心理学でい	う、バーナム効果と呼	ばれる現象だ。人間に	は多様な側面があるた	713
め一面だけを指摘した	場合に、当たっている	ように感じるのだろう。	どんな人にも真面目	753
なところもあればいい	加減なところもあるは	ずだ。一言で決め付け	られるほど単純な存在	793
ではない。				798